

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

LAPORAN PENGABDIAN MASYARAKAT


PELAYANAN KESEHATAN PADA REMAJA DI ASRAMA PUTRI UMPRI



Disusun Oleh :

- Ketua :** Ns. Wahyu Dwi Fatimah, M.Kep (0209069401)
- Anggota** 1. Ns. Rani Ardina, M.Kep. (0205018801)
2. Nurhasanah, M.Psi., Psikologi (0201058401)

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN DAN
PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU
TAHUN 2023-2024**

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

1. Identitas PkM

A. Judul PkM

Pelayanan Kesehatan Pada Remaja di Asrama Putri UMPRI

B. Waktu PkM

Tahun Usulan	Tahun Pelaksanaan	Semester	Lama Penelitian
2023	2023	Ganjil	6 bulan

C. Mata Kuliah

Kode MK	Mata Kuliah
2034442	Keperawatan Anak Sehat dan Sakit

D. Dasar alqur'an

Surah dan ayat	[Surat Ar-Ra'd: 11]
Ayat alquran	لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمَنْ خَلْفَهُ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ
Artinya	Baginya (manusia) ada malaikat-malaikat yang selalu menjaganya bergiliran, dari depan dan belakangnya. Mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya dan tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia.
Hadis	

2. Identitas pelaksana PkM

Nama	Peran	Tugas
Wahyu Dwi Fatimah	Ketua Penelitian	Mengkoordinir pelaksanaan PKM
Nama	Peran	Tugas
Rani Ardina	Anggota 1	Menyusun perencanaan
Nurhasanah	Anggota 2	Mengisi materi sehat mental
Apriyanti	Mahasiswa 1	Membantu pelaksanaan kegiatan PkM
Aema Ainun Fatimah	Mahasiswa 2	Membantu pelaksanaan kegiatan PkM

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

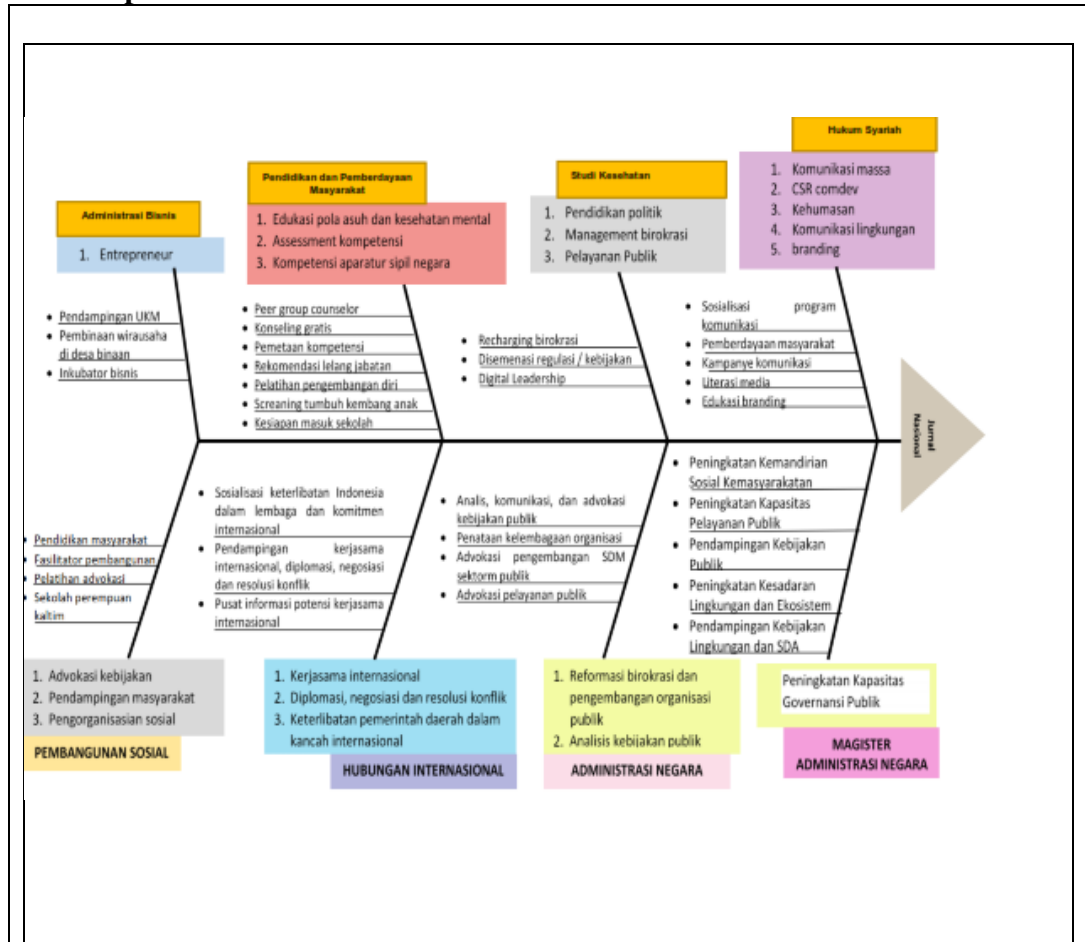
3. Mitra PkM

Institusi	Nama mitra	Kepakaran	e-mail dan no WA
-	-	-	-

4. Luaran dan Target capaian


Tahun	Jenis Luaran
1	Jurnal nasional

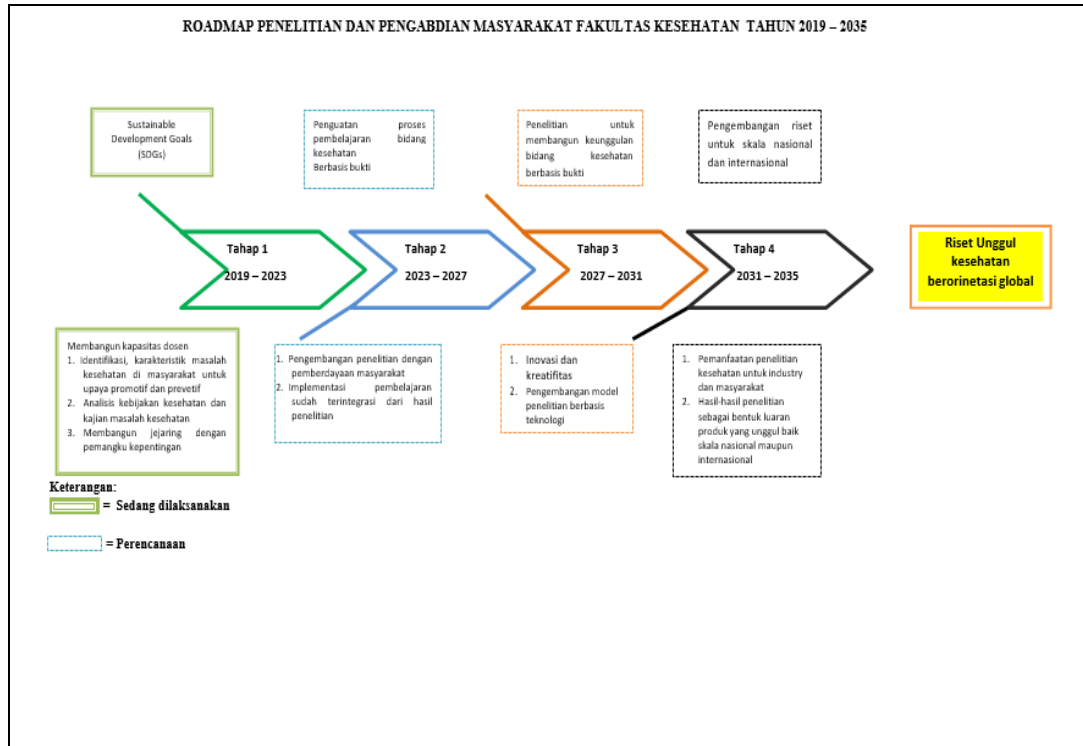
5. Roadmap Universitas



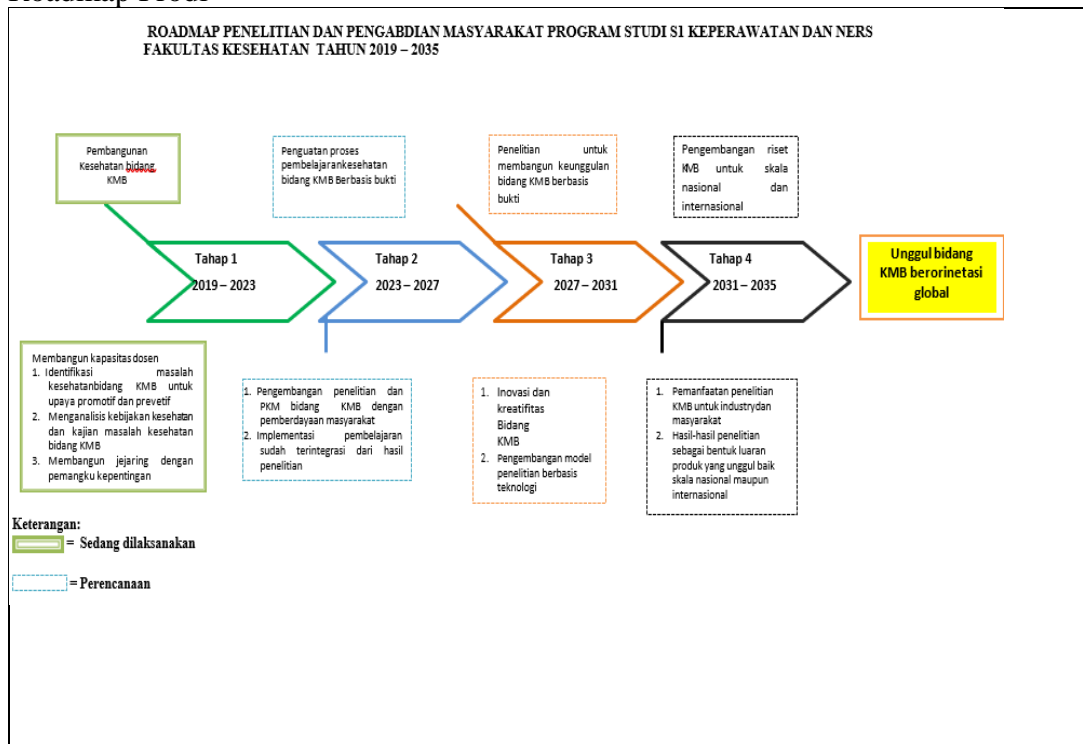
6. Roadmap Fakultas

--

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

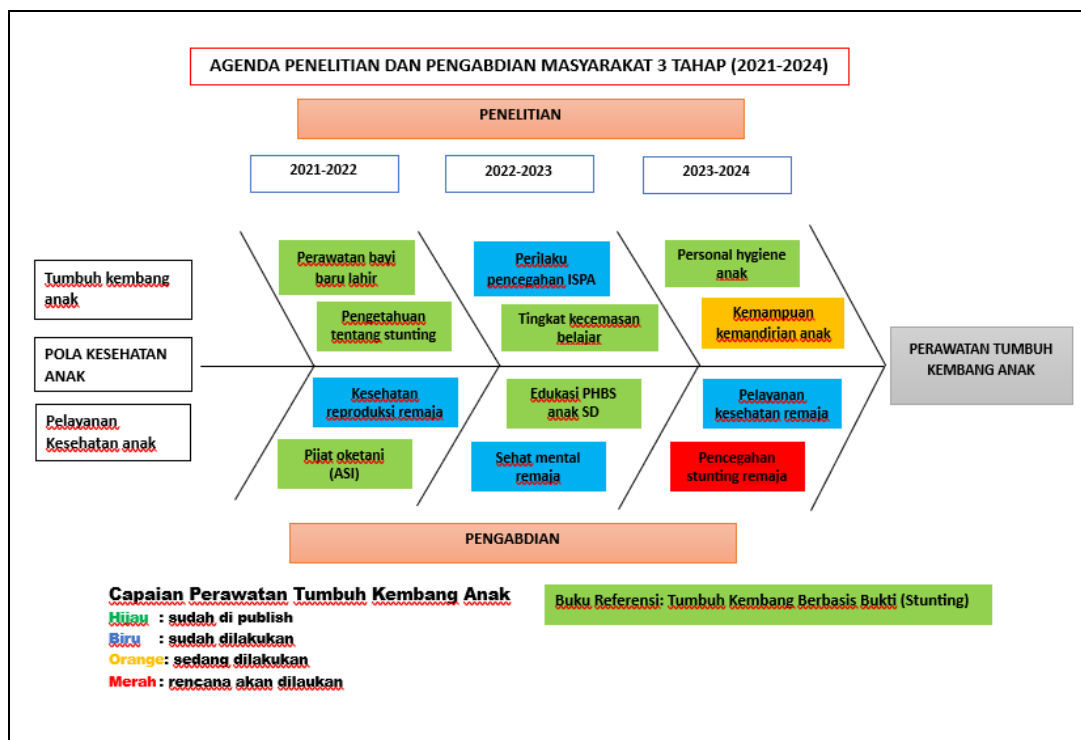


7. Roadmap Prodi



8. Roadmap dosen

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15






9. Anggaran Pengabdian

NO	URAIAN	SATUAN	VOLUME	JUMLAH
1	Honor pengabdi	3	Rp 500.000,00	Rp 1.500.000,00
2	Belanja barang habis pakai	1	Rp 1.500.000,00	Rp 1.500.000,00
3	Biaya perjalanan (survey, ambil data, transpot)	5	Rp 200.000,00	Rp 1.000.000,00
4	Publikasi	1	Rp 300.000,00	Rp 300.000,00
5	Lain-lain	1	Rp 700.000,00	Rp 700.000,00
	Jumah			Rp 5.000.000,00

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

10. Halaman pengesahan

HALAMAN PENGESAHAN	
1. Judul Penelitian	: Pelayanan Kesehatan Pada Remaja Di Asrama Putri UMPRI
2. Bidang Peneltian	: Kesehatan/Keperawatan
3. Ketua Peneliti	
a. Nama lengkap	: Ns. Wahyu Dwi Fatimah, M.Kep.
b. NIDN	: 0209069401
c. Jabatan /golongan	: Tenaga Pengajar
d. Program Studi	: S1 Keperawatan
e. No Hp	: 082137371520
4. Anggota Peneliti 1	
a. Nama lengkap	: Ns. Rani Ardina, M.Kep.
b. NIDN	: 0205018801
5. Anggota Peneliti 2	
a. Nama lengkap	: Nurhasanah, M.Psi., Psikolog.
b. NIDN	: 0201058401
6. Lokasi PkM	: Asrama Putri UMPRI
7. Jumlah biaya yang diusulkan	: Rp.5.000.000
Pringsewu, Februari 2024 Mengetahui	
Dekan FKes,  Elni Nuryati, M.Epid,Ph.D NIDN. 0215117601	Kepala LPPM UMPRI  Borwan Adiputra, M.Pd., Kons. NIDN. 0213108601

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

8. Isi Penelitian

a. Abstrak

Salah satu masalah kesehatan pada remaja adalah minimnya akses informasi maupun konsultasi tentang kesehatan reproduksi yang terjangkau bagi remaja. Sehingga perlu adanya upaya yang dilakukan untuk mengatasi kondisi tersebut. Salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk memberikan pelayanan kesehatan bagi remaja yaitu dengan memberdayakan masyarakat salah satunya yaitu dengan adanya pelayanan kesehatan pada remaja. Tujuan kegiatan ini yaitu untuk memberikan pelayanan kesehatan pada remaja. Kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan pemberian edukasi, cek kesehatan pada pos-pos kesehatan. Kegiatan dilakukan di Asrama Putri Universitas Muhammadiyah Pringsewu. Jumlah peserta yang mengikuti penyuluhan yaitu 80 orang. Setelah dilakukan penyuluhan peserta memahami pentingnya kesehatan reproduksi, dan kesehatan mental bagi diri sendiri.


b. Key word

Sehat mental, reproduksi remaja, remaja

c. Latar Belakang

Remaja merupakan asset berharga dari sebuah negara atau bangsa. Kesehatan remaja secara holistik harus diupayakan semaksimal mungkin sehingga terwujudlah remaja yang sehat dan bahagia di masa depan. Issu kesehatan remaja yang semakin marak di masyarakat, dimana banyak anak usia remaja yang mengalami gangguan kesehatan baik fisik maupun mental. Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan prevalensi gangguan mental dengan gejala depresi juga kecemasan sekitar 6,1% dari jumlah penduduk Indonesia (Rachmawati, 2022). Problem ini yang menjadi kebutuhan nyata bagi remaja untuk mendapatkan solusi dan penanganan lebih baik. Salah satu masalah kesehatan ini dipicu minimnya akses informasi maupun konsultasi tentang kesehatan reproduksi yang terjangkau bagi remaja. Sehingga perlu adanya upaya yang dilakukan untuk mengatasi kondisi tersebut.

Salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk memberikan pelayanan kesehatan bagi remaja yaitu dengan memberdayakan masyarakat salah satunya yaitu dengan adanya pelayanan kesehatan bagi remaja. Tujuan dari pelayanan ini yaitu untuk memberikan praktik layanan kesehatan pada remaja secara komprehensif, sehingga tercapailah remaja yang sehat secara optimal. Layanan informasi dan konsultasi ini berbasis pos-pos yang disesuaikan dengan kebutuhan para remaja. Pos-pos pelayanan tersebut terdiri dari pos layanan Indek Massa Tubuh (IMT) untuk mendukung pertumbuhan kesehatan fisik remaja, pos layanan pemeriksaan kadar Hemoglobin (HB), pos konseling kesehatan reproduksi, pos konseling sesuai kebutuhan remaja yang sedang berada dalam fase psikologis tertentu, pos gizi remaja, dan pos edu sebagai ruang edukasi bagi remaja.

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

Perlunya edukasi kesehatan pada remaja dimulai dari kesehatan reproduksi remaja. Dimana remaja mengalami perubahan pada beberapa aspek perkembangan, salah satunya yaitu perubahan fisik. Remaja yang memasuki masa pubertas, akan terjadi peningkatan tinggi dan berat badan serta kematangan sosial (Hamidah & Rizal, 2022). Selain itu juga dengan penyuluhan kesehatan mental pada remaja juga diperlukan guna meningkatkan sehat mental bagi remaja (Asril, 2023).

Asrama Putri Universitas Muhammadiyah Pringsewu merupakan wadah tempat tinggal bagi mahasiswa baru yang kuliah di kampus UMPRI. Asrama UMPRI sendiri terdiri dari dua area, yaitu asrama khusus untuk putri dan asrama khusus untuk putra. Sehingga pada penelitian ini hanya dilakukan pada asrama putri sebagai bentuk pelayanan kesehatan reproduksi remaja.

d. Metode


Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di Asrama Putri Universitas Muhammadiyah Pringsewu. Sasaran kegiatan ini adalah semua remaja yang bertempat tinggal di Asrama UMPRI khususnya di area asrama putri yang berjumlah 80 orang. Kegiatan dilakukan dengan beberapa tahap, yaitu senam bersama, edukasi sehat mental, dan cek kesehatan pada pos-pos kesehatan berikut di dalamnya pemberian edukasi reproduksi remaja. Kegiatan dilaksanakan selama satu hari. Dan pada kegiatan akhir semua peserta mendapatkan makanan tambahan.

e. Hasil dan Pembahasan

Penyuluhan ini dimulai dari penyusunan rencana kegiatan bersama tim anggota pengabdian. Kemudian dilanjutkan dengan kunjungan serta kontrak waktu pelaksanaan kegiatan, dan disepakati kegiatan dilakukan pada tanggal 26 November 2023 di area Asrama Putri UMPRI.

Pelaksanaan kegiatan berjalan dengan lancar, dengan penyediaan pos-pos kesehatan, mulai dari pos 1 hingga pos 6, yaitu:

1. Pos 1 berupa konsultasi psikologi yang dilakukan dengan pengisian kuesioner deteksi dini sehat mental. Menurut penelitian yang dilakukan pada remaja yang dilakukan secara online memiliki pengaruh yang signifikan. Dimana konseling ini membantu mengatasi permasalahan kesehatan mental yang dialami oleh remaja (Sosialita, 2022).
2. Pos 2 berupa edukasi sehat mental remaja dengan topik “Remaja Tangguh Anti Galau”
Pada penelitian yang dilakukan oleh Indriani (2022) menyatakan bahwa edukasi sehat mental mampu meningkatkan pengetahuan tentang bagaimana remaja mengontrol kesehatan mental pada dirinya sendiri. Sedangkan pada penelitian lain menyebutkan bahwa penyuluhan yang dilakukan baik secara langsung maupun secara online dapat meningkatkan pemahaman bagi remaja dalam meningkatkan kesehatan mental bagi dirinya sendiri.

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

3. Pos 3 berupa pengukuran IMT (BB dan TB)

Tabel 1. Distribusi responden karakteristik usia, tinggi badan, dan berat badan

Varibel	Minimal	Maximal	Mean	Standar Deviasi
Usia	17	21	18.81	0.843
Tinggi Badan	146	184	157.35	5.704
Berat Badan	36	78	51.05	9.702

Sumber: primer 2023

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa rata-rata usia responden berada pada usia remaja akhir yaitu 18 tahun. Menurut karakteristik masa remaja digolongkan menjadi tiga kelompok yaitu remaja dini (usia 10-13 tahun), remaja pertengahan (usia 14-16 tahun), dan remaja akhir (usia 17-21 tahun). Dimana pada setiap masanya mengalami pubertas, baik secara fisik maupun psikis (Sriwiyanti, Hartati, & Nazarena, 2022). Sedangkan tinggi badan anak rata-rata 157 cm dengan berat badan rata-rata 51 kg.

Tabel 2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan Indeks Masa Tubuh (IMT)

Variabel	Frekuensi (n)	Persen (%)
Kurus	25	31.3
Normal	38	47.5
Gemuk	16	20.0
Obesitas	1	1.3
Total	80	100.0

Sumber: primer 2023


Berdasarkan tabel 2, didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki indeks masa tubuh yang normal, sedangkan salah satunya mengalami obesitas. Kondisi ini perlu menjadi pemerhatian, karena jika kondisi obesitas tidak ditangani dengan baik, maka akan beresiko pada gangguan kesehatan dan sistem organ tubuh yang lain. Dampak obesitas diantaranya yaitu sulitnya bernapas karena tekanan rongga pernapasan, resiko terjadinya patah tulang, hipertensi, gangguan kardiovaskuler, retensi insulin (Sugitami et al., 2019). Selain itu muncul masalah psikologi, seperti cemas, depresi, percaya diri menuru, mudah emosi, isolasi sosial karena merasa diintimidasi sehingga mempengaruhi kualitas hidup remaja (Likhitweerawong, et al., 2021).

4. Pos 4 berupa pemeriksaan Hb

Tabel 3. Karakteristik responden berdasarkan data Hemoglobin

Varibel	Minimal	Maximal	Mean	Standar Deviasi
Hemoglobin	8.1	17.8	12.87	1.5606

Sumber: primer 2023

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15


Pada tabel 3 didapatkan bahwa rata-rata peserta berada pada nilai normal Hb 12.87. Dimana nilai normal Hb pada remaja yaitu 12-15 gr/dl. Pada pos 4 peserta juga dikaji terkait pola menstruasi yang dialami, adakah keluhan yang dialami atau adakah peserta yang belum mengalami menstruasi. Anak yang sudah mengalami menstruasi memiliki resiko anemia lebih tinggi, disebabkan karena berkurangnya jumlah darah saat pengeluaran darah menstruasi. Seseorang yang mengalami anemia akan sering mengalami pusing dan mata berkunang-kunang (Aulya, 2022). Faktor yang mempengaruhi anemin diantaranya status gizi dan siklus menstruasi (Yulianti, 2024).

5. Pos 5 berupa konseling gizi dengan merujuk pada hasil Pos 3 dan 4
 Saat ditanya tentang jajanan apa yang sering dikonsumsi oleh peserta, sebagian besar mereka mengatakan suka mengonsumsi makanan seperti cilok dan sejenisnya. Selain itu juga mereka senang membeli minuman saset yang ada di pinggir jalan. Sedangkan untuk konsumsi susu kental manis, sebagian hanya menggunakan sebagai campuran minuman atau jajanan yang tidak dikonsumsi secara rutin. Peserta juga diberikan edukasi terkait dengan pentingnya memperhatikan komposisi yang terkandung di dalam makanan yang tersedia di warung-warung atau minimarket.
 Selain melakukan pengkajian, peserta juga diberikan pengetahuan tentang gizi dan pola nutrisi yang baik pada masa remaja. Dimana remaja yang memiliki pengetahuan tentang gizi remaja lebih baik akan memberikan dampak pada perilaku pencegahan *stunting* yang lebih baik pula (Maslikhah, 2024).
6. Pos 6 berupa konseling kesehatan reproduksi.
 Pada Pos 6 ini peserta mendapatkan konseling tentang kesehatan reproduksi pada remaja berikut juga tentang perawatan alat genitalia dan juga masa menstruasi remaja. Dimana remaja mengalami perubahan pada beberapa aspek perkembangan, salah satunya yaitu perubahan fisik. Remaja yang memasuki masa pubertas, akan terjadi peningkatan tinggi dan berat badan serta kematangan sosial (Hamidah & Rizal, 2022).

Setelah dilakukan rangkaian edukasi dan cek kesehatan, selanjutnya peserta mendapatkan makanan tambahan berupa bubur kacang hijau. Dan kegiatan diakhiri dengan foto bersama seluruh peserta.


f. Kesimpulan

Semua peserta mengikuti kegiatan penyuluhan dari awal sampai akhir dengan antusias dan responsif. Pada setiap pos edukasi, peserta mampu menerima informasi dengan baik, dan saat dilakukan evaluasi akhir peserta mampu menjawab dan menyebutkan setiap informasi yang disampaikan oleh pemateri. Disamping itu juga, peserta menyampaikan akan mulai melakukan upaya meningkatkan kesehatan diri, mulai dari memilih makanan yang sehat, menjaga kesehatan mental dan juga kesehatan reproduksi. Diharapkan kegiatan serupa juga dapat dilakukan di lingkungan remaja pada umumnya, baik pada instansi atau komunitas anak dan remaja.

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

g. Daftar Pustaka

- Asril, Ningsih, K. W., Fitri, R. P., Muhamadiyah. (2023). Edukasi Kesehatan Mental pada Remaja. *Health Community Service (HCS)*. Vol. 1 No. 1.
- Aulya, Y., Siauta, J. A., Nizmadilla, Y. (2022). Analisis Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, Vo. 4 No. 4.
- Hamidah, S., & Rizal, M. S. (2022). Edukasi Kesehatan Reproduksi dan Perkembangan Remaja di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Kecamatan Gresik Kabupaten Gresik Jawa Timur. *Journal of Community Engagement in Health*, 2(5), 237–248.
- Indriani, F. (2024). Edukasi Kesehatan Mental Remaja dengan Media Aplikasi Riliv dan Media Leaflet di SMP PGRI 1 Surakarta. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)*.
- Likhitweerawong, N., Boonchooduang, N., Kittisakmontri, K., Chonchaiya, W., & Louthrenoo, O. (2021). Effectiveness of mobile application on changing weight, healthy eating habits, and quality of life in children and adolescents with obesity: a randomized controlled trial. *BMC Pediatrics*, 21(1), 1–9. Retrieved from <https://doi.org/10.1186/s12887-021-02980-x>
- Prasetyo, A. E. (2021). Edukasi Mental Health Awareness sebagai Upaya untuk Merawat Kesehatan Mental Remaja di Masa Pandemi. *JE (Journal of Empowerment)*. Vol 2, No 2.
- Rahmawati, F., Silalahi, R. P., Berthiani, T., & Mansyah, B. (2022). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental pada Remaja: Factors Affecting Mental Health in Adolensents. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 8(3), 276-281.
- Sosialita, T.D. (2022). Efektivitas Konseling Online pada Kesehatan Mental Remaja. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*. Vol 13, No 1 Page: 69-80.
- Sriwiyanti, Hartati, S., & Nazarena, Y. (2022). *Panduan Sederhana Pencegahan Resiko Stunting bagi Remaja Putri*. Kediri: Lembaga Omega Medika.
- Sugitami, Rayhana, Suryaalamsah, I., Rahmini, Akbar, Z. A., Harisatunnasyitoh, Z., Naufal, F. R. (2019). Peningkatan Pengetahuan tentang Kegemukan dan Obesitas pada Pengasuh Pondok Pesantren IGBS Darul Marhamah Desa Jatisari Kecamatan Cileungsi Kabupaten Bogor Jawa Barat. *Pengabdian Masyarakat*, (1), 1–5. Retrieved from <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat/article/viewFile/5434/3644>
- Yulianti, A., Aisyah, S., Handayani, S. (2024). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Anemia pada Remaja Putri. *Lentera Perawat*, Vol. 5, No 1.

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
FORMULIR SPMI		Revisi	01
		Halaman	1 dari 15


h. Dokumentasi



Gambar 1. Penyampaian Materi Sehat Mental



Gambar 2. Pos pemeriksaan kesehatan

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15



Gambar 2. Foto bersama peserta

9. Publikasi PkM

Jenis Publikasi	Nama Jurnal	Link
-	Belum Terpublikasi	-